

KAUNO SPORTO MOKYKLA "STARTAS"
GIMNASTIKOS PADALINIO SPORTINĖS GIMNASTIKOS STOJAMŪJŲ EGZAMINŲ
KONTROLINIAI TESTAI

BERNIUKAI

Balai	(5-6 metų)					
	<i>Šuolis į tolį iš vietos (cm.)</i>	<i>Prisitraukimai</i>	<i>Bėgimas 15 m.</i>	<i>Kampas atremtyje (sek.) (kojos lygiai su lygiagrečėmis)</i>	<i>Šuliukai per šokdynę per 30 sek.</i>	<i>Lankstumas (klaidos) Nusilenkimas pirmyn, kojos žergtai, suglaustom, tiltelis (suma dalinama iš 3)</i>
10	140	5	3.7	7	24	0.6
9.5	135	4	3.8	6	22	0.8
9	130	3	3.9	5	20	1.0
8.5	125	2	4.0	4	18	1.2
8	120	1	4.1	3	16	1.4
7.5	115		4.2	2	14	1.6
7	110		4.3	1	12	1.8
6.5	105		4.4		10	2.0
6	100		4.5		8	2.2
5.5	95		4.6		6	2.4
5	90		4.7		4	2.6
4.5	85		4.8			2.8
4	80		4.6			3.0

Įvertinimas	Labai gerai	Gerai	Patenkinamai
Balų suma	60-54	53-48	47-40